

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, E. (2023). Hipertensi Artikel Riview. *Jurnal Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan*.
- AHA. (2024, januari 10). *Penyakit Arteri Koroner-Penyakit Jantung Koroner*. Diambil kembali dari heart.org: [https://www.heart.org/en/health-topics/consumer-healthcare/what-is-cardiovascular-disease/coronary-artery-disease#:~:text=Penyakit%20ini%20dapat%20bersifat%20kronis,penyakit%20jantung%20koroner%20\(CAD\)](https://www.heart.org/en/health-topics/consumer-healthcare/what-is-cardiovascular-disease/coronary-artery-disease#:~:text=Penyakit%20ini%20dapat%20bersifat%20kronis,penyakit%20jantung%20koroner%20(CAD).).
- Apri Budianto, J. A. (2020). Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 535-536.
- Diartin, S. A, Z. E. (2022). Gambaran Interaksi Sosial Lansia Berdasarkan Klasifikasi Hipertensi Pada Lansia Di Masyarakat. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan Indonesia*, 126-137.
- Dinkes. (2024, Desember 29). *Data Statistik Sektoral Kabupaten Ponorogo Tahun 2024*. Diambil kembali dari statistik.ponorogo.go.id: <https://statistik.ponorogo.go.id/dataset/a215584c-7d96-4273-8414-0f219030daff/resource/fc6f3001-af5f-4f89-99c0-8c2ca1372b95/download/prevalensi-hipertensi-2024.pdf>
- Dinkes. (2024). *Profil Kesehatan Kabupaten Ponorogo 2024*. Ponorogo: Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo.
- Dinkes Ponorogo. (2026, April 06). *Puskesmas Jambon*. Diambil kembali dari Puskesmas Jambon kabupaten Ponorogo: <https://puskesmasjambon.ponorogo.go.id/main>
- Eko agus, Dika Lukitaningtyas;. (2023). Hipertensi Artikel Review. *Jurnal Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan*.
- Endang, Agus. (2024). *Cerdik Hadapi Hipertensi dan Diabetes Mellitus*. Tamanan Bondowoso: Cv KHD Production.
- Fitri, et al. (2021). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Dara Pada Pasien Hipertensi Di Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 90-93.
- Gina Oktaviani, dkk. (2022). Promosi Kesehatan Hipertensi Pada Usia Produktif Sampai Lansia di Wilayah Desa Lulut RT 04 RW 02 Kec. Klapanunggal Kab. Bogor. *Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 34.

- Ginting, Rapael;. (2023). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: CV. TRANS INFO MEDIA.
- Hasnawati. (2023). *Epidemiologi di Berbagai Aspek*. Makassar: Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Hastuti. (2020). Klasifikasi Hipertensi. *Jurnal Lakeisha*, 109-110.
- Hilmi Aziz. (2025, april 23). *Apa Itu Definisi Operasional dalam Penelitian? Pengertian, Tujuan, dan Manfaatnya*. Diambil kembali dari ebizmarkBlog: https://ebizmark.id/artikel/apa-itu-definisi-operasional-dalam-penelitian-pengertian-tujuan-dan-manfaatnya/?utm_source=chatgpt.com&=1
- Ibrahim, et al. (2023). *Metode Penelitian Berbagai Bidang Keilmuan*. Jakarta: PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Joko Tri Atmojo, et al. (2024). Efektifitas Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, 55-57.
- Kartikasari & Afif . (2021). Penatalaksanaan Hipertensi . *Jurnal Um Surabaya*, 72-79.
- Kemenkes. (2021). *Pedoman dan Standar Etik Penelitian*. Jakarta: LPB.
- Kemenkes. (2021). *Pedoman dan Standar Etik Penelitian dan Pengembangan kesehatan Nasional*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan kesehatan (LPB).
- Kemenkes. (2023, November 12). *Hipertensi*. Diambil kembali dari kemkes.go.id: <https://ayosehat.kemkes.go.id/topik-penyakit/pencegahan-infeksi-pada-usia-produktif/hipertensi-tekanan-darah-tinggi>
- Kemenkes. (2024, May 18). *Bahaya hipertensi, Upaya Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi*. Diambil kembali dari kemkes.go.id: <https://kemkes.go.id/id/bahaya-hipertensi-upaya-pencegahan-dan-pengendalian-hipertensi>
- KH. M. Zakariah, M. V. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. Yayasan Pondok Pesantren Al Mawaddah Warrahmah.
- Kurniawan, et al. (2022, Juli). Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kunjungan Lansia Ke Pelayanan Kesehatan. *Jurnal JOM FKP*, 9.
- Laela, et al. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta Barat: Nuansa Fajar Cemerlang.
- Latifah, M. (2023). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Nyeri Pasien Pasca Operasi . *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*.

- Linda . (2024). *Monograf Pengembangan Aplikasi Record Kepatuhan Mengonsumsi Teh Rosella Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pralansia*. Bengkulu: Penerbit NEM.
- M. Zaenun Nadif. (2023). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kalisat*. Diambil kembali dari Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember: <https://share.google/7pTczIyKAwXNQcYrsp>
- Mitra Keluarga. (2022, July). *Mitra Keluarga*. Diambil kembali dari Kenali Faktor Risiko Hipertensi dan Pencegahannya: <https://share.google/GOaVyCvyUkLJubqct>
- Muhammad Nur, Made. (2024). Pengolahan Data. *Jurnal Ilmiah Sains dan Teknologi*, 165-172.
- Novita & Efrarianti. (2023). Factors Related with the Incidence of Diabetes Melitus In Pre Elderly (45-59 Years Old) in the Working Area of the Rantau Kelayang Public Health Center. *Journal of Health Care Technology and Medicine*. Dipetik 12 26, 2025
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi ke-5*. Jakarta selatan: Salemba Medika.
- Nurul M, dkk. (2025). Identifikasi Variabel Penelitian, Jenis sumber Data dalam Penelitian Pendidikan. *Dinamika Pembelajaran : Jurnal Pendidikan dan Bahasa* , 257.
- Pratama. (2022). Pengaruh edukasi kesehatan terhadap kepatuhan terapi pasien diabetes melitus. . *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(1), 45–52.
- Pratiwi, et al. (2021). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Cendikia Muda*, 92-95.
- Prayitnaningsih, S. (2021). *Pengaruh Hipertensi Terhadap Glukoma*. Malang: Universitas Brawijaya Press.
- Rahmi, Dkk. (2021). *Keperawatan Kesehatan jiwa Psikososial*. Tasikmalaya: EDU PUBLISHER.
- Ratnawati, H. (2021, 1 7). *Teknik Pengambilan Sampel*. Diambil kembali dari SCRIBD: <https://id.scribd.com/document/784749935/Retnawati-H-2017-Teknik-Pengambilan-Sampel-Google-Scholar>
- Rekha, et al. (2023). *Pengaruh Self Talk Terapi Terhadap Kecemasan Pada Penderita Hipertensi*. Mamuju, Sulawesi Barat: Poltekkes Kemenkes Mamuju.

- Rika Sarfika. (2024). *Perawatan Diri Penderita Hipertensi Usia Dewasa*. Yogyakarta: Deepublish Digital.
- Rindayati, et al. (2022). Gambaran Kejadian dan Tingkat Kecemasan Pada Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 95. Dipetik 12 27, 2025, dari Journal of Muslim Community Health: <https://pasca-umi.ac.id/index.php/jmch/article/view/1380/1579>.
- Sapti, et al. (2024). Penerapan Tehnik Relaksasi Benson Dalam Menurunkan Skala Nyeri. *Cendikia Muda*, 512.
- Sarfika, R. S. (2024). *Perawatan diri penderita hipertensi usia dewasa : berbasis teori dan riset*. Sleman: Deepublish digital.
- Sari, et al. (2021). Efektivitas Terapi Relaksasi Benson Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 481-490.
- Selviani, et al. (2024). Metode-Metode Yang Tepat dan Efektif Dalam Pemberian Pendidikan Tentang Hipertensi Bagi Lanjut Usia: Literature Review. *Jurnal Untan*, 5-7.
- Sijabet, et al. (2020). Promosi Kesehatan Pencegahan Hipertensi pada Lansia di Kelurahan Dwikora. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 262-268.
- Sudarmin, et al. (2022). Gambaran Faktor Resiko Pada Penderita Hipertensi. *Conference upnvj* , 1-8.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supriyadi. (2020). Media Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Gizi. *The Indonesian Journal of Public Health* , 1-7.
- Swarjana. (2022). *Populasi-Sampel, Teknik Sampling & Bias Dalam Penelitian*. Yogyakarta: ANDI (Anggota IKAPI).
- Tobing & Wulandari. (2021). Tingkat Kecemasan Bagi Lansia Yang Memiliki Penyakit Penyerta Ditengah Situasi Pandemi. *Community of Publishing In Nursing (Coping)*, 4-46.
- Trinita Debora, et al. (2022). Promosi Kesehatan Hipertensi Pada Usia Produktif Sampai Lansia. *Jurnal Pengebadian Masyarakat Saga Komunitas*, 33-34.
- Utami, Irawan. (2025). Hamilton anxiety Rating Scale Untuk Mengetahui Gangguan Kecemasan Pada Lansia Di Puskesmas Muljorejo, Kota Malang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mentari*, 333-334.

- WHO. (2025, September 25). *Hipertensi*. Diambil kembali dari who.int: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension#:~:text=Hipertensi&text=Saat%20hasil%20pele ngkapan%20otomatis%20tersedia,dan%20tekan%20Enter%20untuk%20m emilih>.
- Wijaya, et al. (2022, Desember). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Hipertensi Wilayah Kerja Puskesmas Rasanae Timur Kota Bima. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 2308-2313.
- Wuryaningsih, E. W, et al. (2020). *Buku ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa 1*. Jember: UPT PERCETAKAN & PENERBITAN UNIVERSITAS JEMBER.
- Yunani, et al. (2024). Upaya Peningkatan Kemampuan klien Hipertensi Dalam Menurunkan kecemasan. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 6.